

# **SOLILOQUIOS**

## **DESDE**

### **LA TERAPIA CONDUCTUAL**

Lic. Henry II Quesada.

Psicólogo Modificador de Conducta.

El hábito de los soliloquios es una conducta recurrente y normal en determinados contextos, más que frecuente como asistente para la memoria (recordar un determinado producto que comprar, las llaves, etc), o práctica de conversaciones importantes. una forma de pensar en voz alta, sin esperar respuesta, o como mecanismo de defensa para hacer frente a la soledad. En los niños, es muy frecuente que creen amigos imaginarios cuando no tienen cerca compañeros de juego.

Por otro lado, si los soliloquios van acompañados de comportamientos desadaptativos o anormales, con balanceo autístico, debe considerarse que el soliloquio como posible parte de la sintomatología de una patología mayor.

### **SOLILOQUIO Y SOCIEDAD**

El ser humano es un ser psicobiosocial, por tal condición la necesidad de comunicarse es fundamental, y es por ello mismo que el lenguaje adquiere una función más que importante, tanto para el quehacer social y cultural, como para el bienestar mental de las personas.

Podríamos decir que el soliloquio es un autoaprendizaje que las personas utilizan al principio para entrenarse en el uso del lenguaje, poner un pensamiento en voz alta con el cual hacer una especie de mapeo cognitivo, asistente de memoria, que luego puede funcionar incluso como un mecanismo para el manejo de estrés o ansiedad. Claro está que esta conducta puede ser vista por los individuos que comparten el medio con el sujeto como un accionar desadaptativo, aunque es propia y relativamente normal en los seres de palabra articulada. No es raro que las personas que rodean al que hace soliloquios piensen que tal conducta es una clara manifestación de un problema o de un trastorno mental, al menos no hasta que comprueban que la persona lleva un free hands inalámbrico, pero claro que si alguien escucha una frase descontextualizada, fuera de un discurso mental que el sujeto tiene consigo mismo, no es de extrañar que se reaccione con suspicacia..

Toda persona puede condicionarse para hacer soliloquios en algún momento dado, todo depende de las motivaciones internas y los estímulos externos que estén interactuando en un determinado instante.

Niños y adultos pueden emitir la conducta del soliloquio en algún momento, no es raro que pase frente al espejo del baño mientras se está afeitando, es bastante usual que se puedan hacer recriminaciones cuando ya no se tiene a la persona amenazante al frente, o incluso repasar una exposición importante de trabajo o de universidad, en fin, la conducta es bastante común. Pero como es de suponer este tipo de conductas se da sobre todo en personas que se quedan solas y necesitan desahogarse, comunicar o expresar, algo, pero no por ello debe asumirse como un efecto de la soledad, acaso un “síntoma” del aislamiento momentáneo, es eso si, una conducta que se produce bajo determinados estímulos ambientales.

Debe dejarse claro que los soliloquios pueden darse como consecuencia de privaciones de contacto humano o aislamientos prolongados, alteración bioquímicas, traumatismos, enfermedades o tumores en determinados puntos del cerebro, principalmente si están ubicados en las áreas encargadas del lenguaje. Algunas enfermedades mentales tales como la esquizofrenia, la psicosis o el trastorno bipolar pueden llegar a producir soliloquios, pero debe anotarse que en estos casos deben tomarse en cuenta la dificultad de manejar la información recibida del medio ambiente, es decir, la capacidad de estar y reaccionar ante la realidad se ve ensombrecida. Al menos durante los estados de manía de los bipolares, en las fases activa de la esquizofrenia y la psicosis, o incluso durante periodos en que el sujeto se halla bajo los efectos de algunos psicotrópicos, no es extraño que los soliloquios reaccionen a alucinaciones auditivas, o incluso a cierto tipo de ideas y pensamientos delirantes.

Por ello debe tenerse en cuenta que es necesario consultar con un especialista cuando los soliloquios se vuelven reiterativos, con alta frecuencia, con tono amenazador enojoso y el contexto predominantemente negativo, cargado de ataques hacia sí mismos.

Cuando se comprueba la existencia de sintomatologías psicóticas o esquizofrénicas, o argumentos de tipo ilógico, fuera de contexto y violentos no debe pasarse por alto, más si están aunadas a conductas del todo desadaptativas. En estos casos no es raro comprobar que tras el tratamiento farmacológico adecuado, un alto porcentaje de personas ven disminuir las alucinaciones tras unos pocos días.

Por otro lado las personas con síndrome de Down son propensas a los soliloquios pero en este caso tal conducta les facilita el manejo resoluciones de problemas y afrontamiento de cierto tipo de situaciones difíciles, o sencillamente para entretenerse cuando están solos.

Gracias a estas conductas, que se van interiorizando progresivamente con la edad, las persona con síndrome de Down puede sistematizar sus acciones y sus pensamientos, con esto pueden llegar a aprender nuevas conductas, y en algunos casos, llegan a alcanzar niveles superiores en su pensamiento. Como ganancia secundaria no es raro comprobar que se entretienen, adquieren cierto grado de control y seguridad, e incluso hablan de problemas que los preocupan.

## **SOLILOQUIO EN LA NIÑEZ**

A partir de los dos años, cuando los niños empiezan su introducción en el lenguaje, la

conversación es básica concreta, aún carente de todos los elementos simbólicos y abstractos que aprehenderán en el futuro. Ahora bien, aunque limitado el niño o la niña de esta edad, puede expresar sus necesidades y su estado de ánimo.

Los padres, al satisfacer las necesidades de los niños cuando estos logran transmitir sus deseos comprensiblemente, refuerzan positivamente en los niños el uso y la práctica del lenguaje. Gracias a este reforzamiento los niños encuentran en la utilización del lenguaje una gran satisfacción, máxime cuando comprueban que ya no necesitan de los gestos, siempre falibles, o al menos de traducción difícil, para poder dar mensajes que aumentan en complejidad de su contenido con los años.

El niño que utiliza el soliloquio en raras ocasiones le está hablando realmente a un amigo imaginario como tal, en realidad hablan solos, y ellos lo saben, aunque tampoco debe tomarse como un síntoma de insanidad terrible que el niño imagine amigos, y es que hay que tener claro que existe un largo trecho entre imaginar y alucinar.

No es extraño escuchar conversaciones de niños con amigos imaginarios, y menos sorprendente es comprobar que siempre les ganan en los juegos, y es que el soliloquio es una forma normal con la que los infantes, y en algunos casos los adultos manejan la soledad, y como se inhibe el soliloquio, simple, con compañía.

Los niños juegan y practican con las palabras, describiendo lo que ven, lo que hacen y lo que sienten, aprendiendo del medio que suele estimularlos a aprender a través de modelos y necesidades por satisfacer.

Pensar en voz alta en la niñez, al menos hasta los cinco años sirve para fijar en la memoria palabras y desarrollar conocidas estructuras cerebrales relacionadas con el lenguaje tales como el área de Broca y el área de Wernicke, a la vez que se estimula el aumento de conexiones neuronales comprometidas con esta función superior.

El soliloquio en la niñez es sobre todo un juego y un aprendizaje, basado en la repetición de palabras nuevas que promueven la asimilación y la práctica.